

2023



Ladislav Bognar

11.8.2023.

Na radionicama nenasilne komunikacije jedna od vrlo vrijednih aktivnosti su pjesme nenasilja. Ovdje bih u nekoliko nastavaka objavio tekstove i note, kao i zvučne snimke neke od pjesama koje su se pokazale posebno zanimljive na radionicama koje sam osobno držao. Znam da danas ima mnogo onih koji se bave edukacijom za nenasilje pa će im ovo biti nadam se od koristi. Želim vam puno radosti u ovim plemenitim nastojanjima.

TI SI DIJETE SVEMIRA

Helen Hafner je uglazbila dio teksta iz poznatog spisa Desiderata koji govori o životnim izazovima i kako se s njima nositi. Cijeli spis je u prilogu

<https://ladislav-bognar.net/sites/default/files/DESIDERATA.pdf> . Ja sam pjesmu preveo na hrvatski i evo teksta i na hrvatskom i na engleskom.

Ti si dijete svemira. Ništa manje nego drvo i zvijezda.
Ti i maš pravo biti ovdje. Ti si dijete svemira.

You are a child of the universe. No less than the trees and the stars.
You have a right to be here. You are a child of the universe.



The image shows two lines of musical notation in treble clef, 4/4 time, with a tempo marking of quarter note = 85. The first line contains the lyrics: "Ti si dije - te sve - mi - ra ni - šta ma - nje ne - go dr - vo i zvijez - da. Ti i - maš pra - vo". The second line contains the lyrics: "bi - ti ov - dje ti si dije - te sve - mi - ra." The notes are simple, mostly quarter and eighth notes, with some rests.

Skladba „Dijete svemira“ se izvodi kao kanon tako da melodiju započne prvi glas, a drugi istu melodiju pjeva nakon drugog takta. Evo kako to zvuči izvedeno na NWC programu.



<https://www.facebook.com/100011043646170/videos/1373777806567483/>

ŽIRAFSKA PJESMA

Marshal Rosenberg je na svojim radionicama nenasilne komunikacije koristio i glazbu. Na radionici koju je održao u Pečuhu govoreći o elementima nenasilnog govora koji je on nazvao žirafskim otpjevao je prvi stih ove pjesme koji govori o zapažanju i osjećajima. Ja sam dodao i ostala dva elementa ovog govora potrebe i želje i tako su nastala sva tri stiha ove pjesme.

Vidim radost u tvojim očima
Vidim osmjeh na tvojim usnama.
Vidim radost u tvojim očima
Vidim osmjeh na tvojim usnama.

Stalo mi je do tvoga osmjeha
I radosti u tvojim očima.
Stalo mi je do tvoga osmjeha
I radosti u tvojim očima.

Zato želim da traje danima
Vedri osmjeh na tvojim usnama.
Zato želim da traje danima
Vedri osmjeh na tvojim usnama.



U prilogu je moj aranžman „Žirafske pjesme“ za instrumentalni sastav koji čine tri flaute, gitara, čelo i bas. Sve je izvedeno na NWC programu. Evo kako to zvuči:



<https://www.facebook.com/100011043646170/videos/1333242440600781/>

Žirafska pjesma

Autor: Marshal Rosenberg
Aranžman. Ladislav Bogнар

Glas

Flauta 1

Flauta 2

Flauta 3

Čelo

Gitara

Bas

$\text{♩} = 100$

mp

mp

mp

p

p

p

mf

Vi-dim ra-dost u tvo-jim o-či - ma

vidim osmjeh na tvojim usnama. Vi - dim ra - dost u tvo - jim o - či - ma

This system contains a vocal line and piano accompaniment. The vocal line begins with the lyrics "vidim osmjeh na tvojim usnama." followed by "Vi - dim ra - dost u tvo - jim o - či - ma". The piano accompaniment consists of two staves: the right hand plays a rhythmic pattern of eighth and sixteenth notes, while the left hand provides a steady bass line with quarter notes.

vidim osmjeh na tvojim usnama.

mp

This system continues the musical score. The vocal line concludes with the lyrics "vidim osmjeh na tvojim usnama." and ends with a double bar line. The piano accompaniment continues with the same rhythmic patterns as in the first system, also ending with a double bar line. A dynamic marking of *mp* (mezzo-piano) is present in the second staff.

PRIJATELJ

Tekst ove pjesme našao sam u jednoj engleskoj knjizi o nenasilnoj komunikaciji, ali nije bilo melodije pa sam načinio hrvatsku verziju i smislio melodiju. Pjesmu smo često izvodili na našim radionicama nenasilne komunikacije, a objavljena je i u našoj knjizi „Budimo prijatelji“ uz ilustraciju Karmen Ratković koju ovdje donosim. Pjesma je uvijek rado pjevana na našim susretima, a suština je u tome što ona donosi filozofiju nenasilne komunikacije koja se zasniva na humanističkoj koncepciji. Po toj koncepciji čovjek teži samoaktualizaciji a ona je moguća ako stekne i samopoštovanje. Odnosno, da bi čovjek volio druge on mora voljeti i samog sebe.

Evo i engleske verzije ove pjesme:

I like you there's no doubt. I like you, you are my good friend.

You like me there's no doubt. You like me, I am your goods friend.

I like me there's no doubt. I like me, I am my good friend.

Pjesma



TI SI MOJ PRIJATELJ

Ja volim tebe, tu nema spora
Sve do neba i preko mora
Volim tebe - ti si moj prijatelj.

Ti voliš mene, tu nema spora
Sve do neba i preko mora
Voliš mene - ja sam tvoj prijatelj.

Ja volim sebe, tu nema spora
Sve do neba i preko mora
Volim sebe - ja sam svoj prijatelj.

Handwritten musical notation for the song "TI SI MOJ PRIJATELJ". The notation is written on four staves in a 4/4 time signature. The melody is simple and consists of quarter and eighth notes. Chords are indicated by letters C, G, F, and G7 above the notes. The lyrics are written below the notes.

JA VO-LIM TE-BE, TU NE-MA SPO-RA,
SVE DO NE-BA I PRE-KO MO-RA,
VO-LIM - LIM TE - BE,
TI SI MOJ PRI-JA - TELJ.

Na radionicama sam obično prvo ja otpjevao cijelu pjesmu, a zatim bismo budući da je melodija jednostavna pjevali kiticu po kiticu uz prethodno navođenje teksta. Evo kako je to zvučalo uz moju gitaru.



<https://www.facebook.com/100011043646170/videos/3432360340317750/>

PJESME NENASILJA 7

UVIJEK MOŽEŠ TI NEŠTO UČINITI

Sukobi se događaju i to je normalna pojava, ali se s njima treba konstruktivno nositi. Ova pjesma na jednostavan način objašnjava što ne treba raditi u sukobu, a što se može učiniti. Nije dobro koristiti prijetnje ili služiti se pesnicama, a može se porazgovarati, prošetati, smisliti neki kompromis, a može se okrenuti i na šalu. Evo teksta pjesme i nota. Autorica je Sarah Pirtle, a prijevod je moj.

Uvijek možeš ti nešto učiniti
kad se nađeš u neprilici.
Možeš ići šetati,
možeš sjesti pričati,
ti možeš, možeš to učiniti.

Il' u školi ili u obitelji,
kad osjetiš da su te povrijedili,
ne počinji ti sa ljutim prijetnjama,
već načini neki drugi plan.

Uvijek možeš ti nešto učiniti
teško je al' treba probati.
Svi u tebe gledaju
i kompromis čekaju,
ti možeš, možeš to učiniti.

Nemoj koristiti svoje pesnice,
možda su to ipak samo sitnice.
Možda možeš sve to izokrenuti,
ostavi si vremena za to.

Uvijek možeš ti nešto učiniti
kad se nađeš u neprilici.
Ako su te ljutili, ti se s njima našali,
ti možeš, možeš to učiniti.



PJESME NENASILJA 8

Evo kako pjesma „Uvijek možeš ti nešto učiniti“ zvuči u izvođenju instrumentalnog sastava koji čine dvije violine, gitara i kontrabas. Izvedeno na programu NWC.

Uvijek možeš ti nešto učiniti

<https://www.facebook.com/100011043646170/videos/1485426408876484/>

U prilogu je i moj aranžman za dva melodijska instrumenta (ovdje su violine), gitaru i bas.

Uvijek možeš

Prijevod: L. Bognar

Sarah Pirtle

Musical score for Violino I, Violino II, Viola, and Violoncello, measures 1-5. The score is in 4/4 time with a tempo marking of quarter note = 97. The key signature has two sharps (F# and C#). The dynamics are marked *mf* for Violino I and II, *mp* for Viola, and *mf* for Violoncello. Chord markings *D*, *A*, and *D* are present above the Violino I staff.

Musical score for Violino I, Violino II, Viola, and Violoncello, measures 6-11. The score is in 4/4 time. The key signature has two sharps. The dynamics are marked *f* for Violino I and II, *mp* for Viola, and *f* for Violoncello. Chord markings *e-mol*, *A*, *D*, *G*, *D*, *Fine*, and *G* are present above the Violino I staff.

Musical score for Violino I, Violino II, Viola, and Violoncello, measures 12-16. The score is in 4/4 time. The key signature has two sharps. The dynamics are marked *mf* for Violino I and II, *mp* for Viola, and *f* for Violoncello. Chord markings *A*, *D*, *A*, *D*, *G*, *D*, *A*, *D*, and *E7* are present above the Violino I staff.

Musical score for Violino I, Violino II, Viola, and Violoncello, measures 17-20. The score is in 4/4 time. The key signature has two sharps. The dynamics are marked *mf* for Violino I and II, and *mf* for Violoncello. The instruction *D.C. al Fine* is written above the Violino I staff.

Copyright © <Year> by <Name>
All Rights Reserved